

# RECOMMANDATIONS

## pour les SEJOURS THERAPEUTIQUES à MEDIATION SPORTIVE

Un séjour thérapeutique consiste dans le déplacement d'un groupe de patients vers d'autres lieux où il va passer quelques jours à pratiquer diverses activités, à des fins plus thérapeutiques que récréatives.

Cela signifie d'abord voyage et gîte, donc une forte charge logistique.

La programmation est plus importante qu'à l'habitude : lorsque l'on concentre du personnel, des transports et de l'hébergement, il vaut mieux se préparer à l'avance, pour que les résultats soient à la hauteur des moyens mobilisés et de l'énergie dépensée.

La récréation n'est pourtant pas désuète. Les séjours de 'vacances' des patients montrent leur valeur de rupture et de répit dans la tradition des hôpitaux psychiatriques.

C'est l'expérience de ce levier qui a permis d'affiner l'indication et le contenu des voyages institutionnels, de les extraire de la logique d'hospitalisation, et de proposer aujourd'hui des séjours sciemment 'thérapeutiques'. Ceux-ci impliquent au moins autant de préparatifs dans le soin que dans la logistique. Alors ils savent répondre aux exigences modernes sur les thérapies, leur qualité, leur coût, leur efficacité.

C'est pourquoi on peut définir le séjour thérapeutique comme la mise en œuvre du projet thérapeutique d'un groupe précis, en déplacement, pour un laps de temps fixé.

La médiation sportive, qui a prouvé d'autre part son potentiel dynamogène, donne la trame sur quoi articuler le projet de séjour. Elle offre donc à la fois le scénario et l'allant.

### **A. Recommandations pour le projet de groupe**

1: les participants ont le niveau nécessaire pour une participation active au séjour :

- ✓ sur le plan de la santé physique (un séjour sportif est assez éprouvant)
- ✓ sur le plan des compétences ( savoir skier par exemple, ou nager)
- ✓ sur le plan de la vie en commun ( la cohabitation dans une cabine de voilier n'est pas simple - adapter la durée de séjour éventuellement)
- ✓ sur le plan des compétences d'encadrement pour les soignants

2 : les contre-indications sont rarement absolues, tant médicalement que psychiatriquement . Elles sont relatives au projet et au groupe, d'où l'importance cruciale de l'évaluation initiale, répétée, en situation. Elles portent surtout sur l'instabilité.

3 : des réunions préalables de tous les participants, soignants et soignés, définissent le contenu et les conditions du séjour, et en amorcent la dynamique

4 : Il est préférable de respecter une homogénéité de niveau de performance, afin de ne pas cruellement pénaliser un patient, et afin de ne pas rendre impossible l'avènement du groupe (support de la thérapeutique)

5 : Le projet de groupe se décrit essentiellement à travers l'argument sportif. Il tâche de mettre en scène :

- ✓ une progression (une traversée, un sommet à atteindre par étapes)
- ✓ ou bien une compétition (participer dignement à un tournoi, à un relai)
- ✓ ou une découverte du milieu naturel (sensibilisation à la mer, course d'orientation)
- ✓ voire une récompense (une excursion à l'issue d'une compétition)

6 : Le projet de soin individuel est l'unité de base de toute activité psychiatrique. Il suit son chemin, sous la gouverne du colloque singulier, formalisé par la prescription médicale. Il profite en passant du projet de groupe.

7 : Quelques mots-clés pour le projet de soin individuel :

- Découverte d'une activité
- Echange social
- Mobilisation corporelle et intellectuelle des capacités personnelles
- Investissement dans un futur
- Progression dans l'activité
- Travail sur l'estime de soi
- Plaisir, épanouissement.
- Mise à l'épreuve, évaluation

8 : Une autre dimension du projet est institutionnelle.

Il n'est pas rare de voir dans un hôpital des séjours montés, au moins implicitement,

- ✓ pour tester une nouvelle organisation des équipes soignantes,
- ✓ ou pour démontrer les capacités des accompagnants sportifs,
- ✓ ou pour avancer pas à pas dans l'exercice de la thérapeutique groupale

Les bienfaits que l'on attend d'un séjour ne sont pas réservés aux patients, pas plus que les efforts : c'est dire que le perfectionnement professionnel, le savoir-faire relationnel, l'art de l'accompagnement peuvent fournir des motifs explicites au projet global.

C'est ainsi que certains séjours sont support de stage.

## **B. Recommandations pour l'organisation des séjours**

L'organisation d'un séjour thérapeutique à médiation sportive engage au moins les quatre préparatifs suivants :

- 1- médical : prescription et suivi
- 2- administratif : autorisation, financement
- 3- logistique : déplacement, hébergement
- 4- sportif : réalisation des activités

## 1. Aspect médical et soignant

- ✓ Principe de l'indication médicale : tout soin est prescrit
- ✓ Prescription psychiatrique au patient précis : indication, utilité, degré d'implication
- ✓ Absence de contre-indication médicale, ou mieux : signaler tout problème médical, les maladies associées (asthme), les traitements de fond, les allergies, les addictions, l'état des vaccinations, les inaptitudes, et les précautions à prendre
- ✓ Déclinaison du projet selon les professions impliquées dans le soin (médecin, infirmier, psychomotricien, ergothérapeute, psychologue)
- ✓ Emporter les médicaments ainsi que l'ordonnance de renouvellement et la carte Vitale - Possibilité d'adapter les posologies? (traitements 'si besoin')
- ✓ Modalités du recueil d'observation et d'évaluation à mesure ?
- ✓ Prévoir le recours médical sur le lieu de séjour (adresse du secteur local, et du service des urgences – emporter fiche de renseignements sur le patient )
- ✓ Emporter une pharmacie de secours
- ✓ Garder le lien avec le service d'origine, référent principal

## 2. Aspect financier et administratif

- ✓ Transmission de la prescription médicale nominale, et du projet de groupe, au directeur de l'établissement, pour qu'il délivre l'autorisation conforme de partir en séjour : l'ordre de mission
- ✓ Le budget prévisionnel fait partie du projet : financement du séjour par l'établissement (prix de journée),  
par les partenaires et sponsors éventuels (à remarquer le désengagement des laboratoires pharmaceutiques),  
par le patient parfois, ou par les associations  
ou par plusieurs payeurs
- ✓ La couverture d'assurance fait partie du projet: assurance responsabilité civile du patient (surtout s'il n'y a pas de prix de journée)  
de l'établissement (si le séjour est couvert par un prix de journée)  
de Sport en Tête (pour les activités inter-hospitalières qu'elle organise)
- ✓ Le régime des autorisations fait partie du projet : d'abord l'accord du patient, éventuellement celui de son représentant légal, tuteur ou curateur, surtout en cas de risque majoré
- ✓ Autorisations (bis) : la direction d'établissement peut édicter ses propres règles concernant le nombre et la qualité des accompagnants que sa signature couvrira
- ✓ Autorisations (ter) : l'autorité sanitaire départementale, la DDASS, est juge des permissions de sortie des malades internés (HO,HDT), il faut donc lui demander assez à l'avance son autorisation ; en outre, il arrive qu'elle exige des garanties sur l'hébergement ou sur l'activité sportive, suivant par exemple les règles en usage dans l'administration de la Jeunesse et des sports

### 3. Aspect logistique

- ✓ Le transport est le premier temps fort du séjour, où le groupe trouve ses marques : il vaut la peine de s'en préoccuper à l'avance
- ✓ Literie, linge, trousse de toilette ( songer au problème de l'incontinence)
- ✓ Equipement de sport
- ✓ Habillement spécifique (établir un trousseau-type selon le thème : neige, mer)
- ✓ On prendra garde à l'hébergement qui revêt une grande importance. En particulier adapter la capacité hôtelière au ratio hommes /femmes, et à la présence de handicaps physiques ou sensoriels parmi les participants
- ✓ L'association de l'hébergement et de l'installation sportive au même endroit simplifie l'organisation et la vie quotidienne
- ✓ L'alimentation : importance des moments conviviaux pour un groupe loin de chez soi – penser aux réserves de boisson et aux compléments énergétiques
- ✓ Se poser la question des boissons alcoolisées, par rapport au statut d'hospitalisé et au projet de soin
- ✓ Demande de régie d'avance ( frais de bouche)
- ✓ Check-list avant le départ en séjour

### 4. Aspect thématique et sportif

- ✓ Les accompagnants doivent être en mesure d'encadrer correctement les activités qu'ils proposent à leurs patients en cours de séjour
- ✓ S'ils optent pour des activités où ils ne sont pas compétents - activités à risque (escalade), activités très techniques (natation), activités rares - ils prévoient l'appui de professionnels extérieurs diplômés et l'articulation avec eux
- ✓ Lire en guise d'utile complément les '**Recommandations générales de Sport en Tête pour les activités de plein air**' et les *Recommandations spéciales de Sport en Tête concernant des sports particuliers ( VTT, Voile, Tir à l'arc )*

## **C . Recommandations pour la vie en séjour**

Nos recommandations insistent sur les préparatifs : sur quels principes s'appuyer pour monter un séjour ? quelles sont les questions incontournables et les procédures souhaitables ?

Ces questions sont le fil rouge de la préoccupation soignante tout au long du séjour. Il est inutile de les reprendre point par point. Le statut professionnel et le projet de groupe fournissent les boussoles.

Il ne reste plus qu'à vivre le séjour thérapeutique, rassuré d'avoir déjoué quelques embûches a priori. Il est aussi fatigant qu'exaltant, car l'implication personnelle est condition sine qua non de la réussite. Il requiert de l'accompagnant une attention, dirigée vers la poursuite des objectifs et en même temps vers le maintien du cap soignant, mêlée d'une disponibilité à la richesse des événements.

Insistons juste sur les situations stratégiques :

### 1. L'activité sportive

On appliquera les principes de la médiation sportive, tels que pratiqués dans les unités psychiatriques : double jeu ( une tactique sportive pour une stratégie de soin ), double compétence, double profession éventuellement, primum non nocere, défiance envers la 'championnité', exploitation des situations de jeu.

La cérémonie de remise des prix est un autre moment fort à privilégier

### 2 . Le plein air

Conduite à tenir devant certains phénomènes météorologiques :  
lire la '**Recommandation sur les activités de plein air**'

### 3. La vie quotidienne du groupe

- Moments forts : transport, repas, nuitée, compétition
- Hébergement, parfois étroit, parfois spartiate
- La vie en commun a ses règles : le respect de l'autre, la politesse, l'hygiène corporelle et alimentaire, la gestion du tabagisme
- Les séjours sont une excellente occasion pour diminuer l'intensité des addictions
- Privilégier un moment de reprise, le soir, en groupe, pour faire le point, aborder les conflits, discuter des difficultés, relancer le projet
- Cela offre en outre au soignant des repères pour son obligation d'évaluation
- Ménager les possibilités d'entretien individuel

### 4. Le bain social

- ✓ Dynamique entre le petit groupe des patients et le grand groupe (tournoi) : il est bon de se réserver un créneau libre où l'on s'affranchira de la compétition générale pour cultiver le loisir du petit groupe
- ✓ Rencontre parfois délicate avec le public tout venant, au gré des villages de vacances, des stades ou des pontons : créer des passerelles si possible

**SPORT en TETE,**